

# Raubopfer lehrt jetzt Selbstverteidigung

Die Polizistin und Ringerin Magdalena Ragginger konnte im Sommer einen Angreifer überwältigen. Ihre Erfahrungen will sie jetzt teilen.

ANTON PRLIČ

**SALZBURG.** Magdalena Ragginger war gerade auf dem Nachhauseweg. Niemals hätte sie an dem Abend im vergangenen August damit gerechnet, in der vertrauten Gegend in Wals Opfer eines Überfalls zu werden. „Als mich der Mann attackiert hat, haben meine Reflexe sofort geschaltet.“

Seit ihrer Kindheit ist die 22-jährige Polizistin als Ringerin aktiv, derzeit ist sie amtierende Vizestaatsmeisterin. Sie konnte ihren Angreifer, der ihre Geldtasche rauben wollte, überwältigen.

Auch wenn sie beruflich mit solchen Situationen immer wieder zu tun hat, brauchte Magdalena Ragginger eine Zeit, um dieses Erlebnis zu verarbeiten. „Ich hatte plötzlich Angst, am Abend rollerskaten zu gehen. Ich holte mir auch Hilfe vom Weißen Ring.“

Die Verarbeitung ist ihr gelungen. Jetzt möchte sie ihre Erfahrungen in einem Selbstverteidigungskurs teilen. Den Anstoß dazu gab ihr Kampfkunsttrainer Ludwig Hofer. Heute, Mittwoch, findet der Kurs in der Jahnrthalle am Giselakai statt.

Die beiden sprechen über Gewaltprävention, wie man in sol-



**Polizistin Magdalena Ragginger konnte im Sommer einen Angreifer abwehren. Jetzt hält sie einen Selbstverteidigungskurs.**

BILD: S/NROBERT RATZER

chen Situationen reagiert und wie man traumatische Ereignisse verarbeitet. Ludwig Hofer, Besitzer eines schwarzen Gürtels in der koreanischen Kampfkunst Hapkido, zeigt, wie man Angreifer abwehrt.

Magdalena Ragginger möchte bei dem Kurs auch ihre Erfahrungen als Polizistin einfließen lassen. „Ich gebe Tipps aus der Praxis. Oft werden Vorfälle gar nicht angezeigt, weil die Opfer glauben, dass nicht viel passiert ist. Aber wenn einem eine Situation komisch vorkommt oder man sich verfolgt fühlt, sollte man immer den Notruf wählen.“

Solche Kurse seien wichtig, um sich das nötige Selbstbewusstsein für gefährliche Situationen zu holen. Magdalena Ragginger hat durch den Ringersport viel Selbstvertrauen bekommen. Dabei wollte sie im Alter von zwölf sogar damit aufhören. „Meine Eltern haben mir damals gesagt, wenn du aufhörst, musst du einen Selbstverteidigungskurs machen. Da habe ich mir gedacht: Ich bleibe lieber beim Ringen.“

**SN-Info:** Der Kurs am Mittwoch ist ausgebucht, Interessierte an weiteren Kursen wenden sich an: LUDWIG.HOFER@PROTONMAIL.COM

## Busfahrer sind keine Fußabstreifer

Neulich an der Bushaltestelle. Der erwartete Bus fährt ein, die Türen öffnen sich, ein Fahrgast steigt aus und ruft in Richtung Innenraum zurück: „Senk g'fälligst dei Kist'n oba!“ Rüde, barsch, abfällig. Der Fahrer entgegnet nichts, schließt die Türen und fährt weiter. Ein paar Haltestellen später steigt ein

## 10 MINUTEN in Salzburg

Fahrgast zu, will beim Kauf einer Ticket lösen und mit einem großen Schein bezahlen. Der Fahrer teilt mit, dass er nicht wechseln könne. Es folgt eine wahre Tirade, vorwurfsvoll, von oben herab. Die anderen Fahrgäste im Bus schauen betreten zu Boden, schütteln den Kopf.

Der Busfahrer bleibt ruhig, schaut abwartend Richtung Fahrgast. Der kramt nun doch noch ein paar Münzen hervor und löst sein Ticket.

Als ich den Bus verlasse, fröstelt mich. Ich zieh' den Schal ein wenig enger um meinen Hals. Das dürfte wohl nicht nur an den winterlichen Temperaturen im Freien liegen.

SUSANNA.BERGE@SN.AT

**ImmoExtra**

Beim Verkauf ist ein Makler gefragt

Die meisten Immobilienmakler sind...  
 ...die meisten Immobilienmakler sind...  
 ...die meisten Immobilienmakler sind...

**Errscheinungstermin:** 29. Jänner 2020

**Anzeigenschluss:** 20. Jänner 2020

## IMMOEXTRA

Sie möchten Ihre Immobilien inkl. Bild einer interessierten Leserschaft anbieten? Dann ist „ImmoExtra“ das geeignete Medium für Sie. Objekte von Immobilienmaklern – Monat für Monat kompakt präsentiert.

**Kontakt:** Rosemarie Stampfl  
 Tel. +43 662 / 8373-276  
 rosemarie.stampfl@sn.at

**Salzburger Nachrichten**  
 WENN SIE MEHR WISSEN WOLLEN